

RECETA

Hígado de Cordero Manchego confitado en aceite de oliva

Ingredientes

Para 4 personas:

- 1 hígado de cordero Manchego fileteado
- Aceite de Oliva Virgen Extra
- Sal
- Ajo Morado de las Pedroñeras IGP
- Pimienta negra

Tiempo de preparación

1 hora aproximadamente

Nivel

Aficionado



El autor

Nuestra seguidora y amiga, la cocinera **Manoli García Navarro**, nos envía su receta de “Hígado de Cordero Manchego Confitado en Aceite de Oliva”.

El Cordero Manchego tiene muchas partes diferentes. No sólo las piezas más nobles (pierna, paletilla o chuletas) son ricas. El Hígado, por ejemplo, es una víscera muy rica en proteínas, vitaminas y hierro y tiene muy poquita grasa,

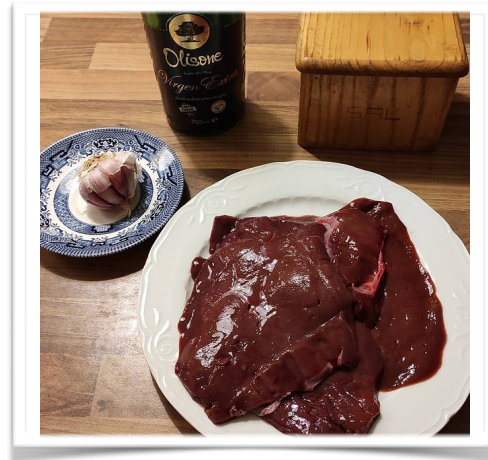
Preparativos

Fileteamos el Hígado. Unos 250 gramos por persona.

Laminamos unos dientes de Ajo Morado de Las Pedroñeras.

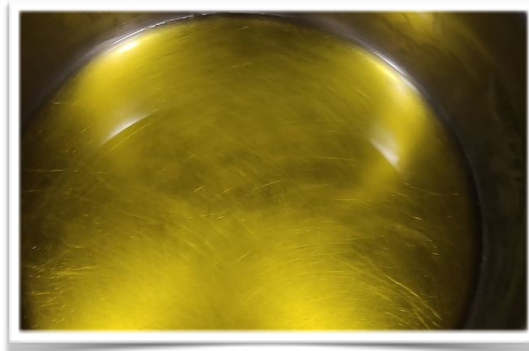
Molemos un poco de pimienta negra.

Necesitaremos tener a mano a parte de los ajos y la pimienta, la sal y aceite de oliva Virgen Extra.



Elaboración

Ponemos un chorro generoso de aceite de oliva en una cacerola.



Ponemos los filetes de hígado, sal, ajos laminados y unas bolas de pimienta. Le damos una vuelta.

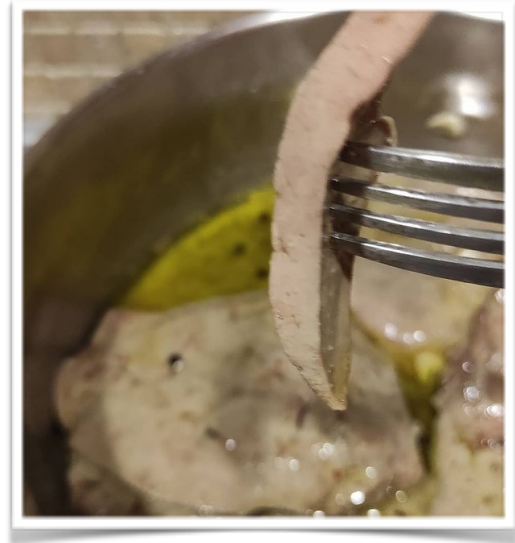
Tapamos y ponemos a fuego lo más bajo posible.

Añadimos también, a media cocción, pimienta negra recién molida.





Cuando veamos que ha cuajado por abajo le damos la vuelta y listo.



Dejar ahí tapado que se repose.

He de decir que salió exquisito, super tierno y muy cómodo de hacer.

